

寒さを制す！

凍らない体を作る

# 血流改善術

加圧トレーナーが、血流を適切に加圧することで  
血行を改善させるトレーニング術を教えます。  
冷え性や肩こり、神経痛、関節痛などでお悩みの方  
は必聴です。

日時

2025年  
12月17日(水)

午後2時～3時(1時30分開場)

講師 小笹 望 (Fine Villageげんき村CEO)

会場 うみかぜテラス集会室1F-1,2

定員 50人 参加費 無料

申込方法 うみかぜテラス窓口または電話、  
ウェブ申込フォームから

申込期間 先着順 12月12日(金)まで



ウェブ申込  
フォーム

※講座の様子は写真・動画で撮影し、写真をHP等広報業務に使用する場合があります。ご了承ください。

## 今後の健康講座 開催予定(2026年1月～3月)

日時／2026年1月21日(水) 午後2時～3時 講師／猪股 甚暢 (NTA整体師)

日時／2026年2月18日(水) 午後2時～3時 講師／山崎 明美 (パーソナルヘルス・コンシェルジュ)

日時／2026年3月18日(水) 午後2時～3時 講師／小笹 貴夫 (おぞさ医院院長)

### 申込・お問い合わせ

※今後の講座名・開催日・内容等は予告なく変更となる場合があります。

茅ヶ崎公園体験学習センター うみかぜテラス

☎0467-85-0942 月曜休館

(9:00～21:00、休館日除く)

〒253-0055 茅ヶ崎市中海岸3-3-9



公式Facebook



公式HP

